

## **PRESSEMITTEILUNG**

### **Herzinfarkt vorbeugen: Neue Studie hinterfragt Aspirin-Dosis**

- **Neue Studienergebnisse beunruhigen die Fachwelt und haben für Millionen Patienten große Auswirkungen. Offenbar hängt die Wirkung von Aspirin vom Körpergewicht des Patienten ab. Das bedeutet: Die bisher eingesetzte Standarddosis von 100 mg ist für die meist übergewichtigen Patienten zur Prophylaxe von Gefäßerkrankungen wie Herzinfarkt und Schlaganfall oft wirkungslos.**

*Berlin, 29.11.2018.* „Das bisherige Aspirin-Konzept ‘Eine Dosis für alle’ steht aufgrund der neuen Studie jetzt zur Diskussion“, betont Dr. Holger Lawall, Gefäßspezialist der Deutschen Gesellschaft für Angiologie (DGA) in Ettlingen. Denn die richtige Dosis hängt offenbar vom Körpergewicht ab. „Das hat uns Fachärzte wirklich überrascht“, sagt Dr. Lawall.

Die neuen Studienergebnisse weisen darauf hin: Patienten mit einem Körpergewicht bis 70 kg sollten täglich 75 bis 100 mg Aspirin einnehmen. Patienten über 70 kg sollten höhere Dosen (200 bis 325 mg) täglich zu sich nehmen. Dr. Lawall rät allen betroffenen Patienten: „Reden Sie bitte mit dem behandelnden Arzt über die wirklich individuell geeignete Dosis.“

Bisher erhielten alle Patienten mit Gefäßerkrankungen, die ein erhöhtes Risiko für einen Gefäßverschluss haben, als Prophylaxe eine tägliche Aspirin-Dosis von 100 mg. Denn solche Gefäßverschlüsse können lebensbedrohlich werden, zu einem Herzinfarkt oder einen Schlaganfall führen. Dr. Lawall: „Die in Aspirin enthaltene Acetylsalicylsäure (ASS) setzt nachweislich die Verklumpungsneigung der Blutplättchen (Thrombozyten) herab. So kann die Wahrscheinlichkeit für Verstopfungen der Blutgefäße reduziert werden.“

#### **Rund fünf Millionen Menschen sind betroffen**

Die neuen Studienergebnisse sind für mehrere Millionen Menschen in Deutschland relevant. Denn die Zahl der Patienten mit Gefäßerkrankungen, die täglich Aspirin als Vorbeugung schlucken, ist enorm groß. Zwar gibt es keine genauen Zahlen. Aber Dr. Lawall und andere Experten gehen - grob geschätzt - von bis zu fünf Millionen Betroffenen aus. Dazu kommen viele gesunde Menschen, die regelmäßig ASS einnehmen – meist in der Hoffnung, sich so vor Herzinfarkten und Schlaganfällen schützen zu können.

#### **Über 100.000 Patienten gingen in die Auswertung ein**

Die aktuelle Metaanalyse aus 44 Studien weltweit mit insgesamt 117.279 Patienten, die Wissenschaftler aus Großbritannien, den USA, Italien und Japan durchführten, zeigt, dass die Dosis von 100 mg nur bei Patienten mit einem Körpergewicht bis 70 kg wirkt, bei Patienten mit einem höheren Gewicht ist sie oft wirkungslos. Tatsächlich bringen Patienten mit Gefäßerkrankungen aber häufig mehr Kilos auf die Waage. So hatten allein in der Studie 80 Prozent der Männer und 50 Prozent der Frauen ein höheres Gewicht! Das heißt:

Diese Betroffenen schluckten jahrelang Aspirin in der Hoffnung, sich etwas Gutes zu tun – aber der Erfolg war unsicher! Berücksichtigt man, dass Aspirin bei dauerhafter Einnahme zu Magenblutungen führen kann, haben diese Patienten im schlimmsten Fall ihrer Gesundheit sogar geschadet.

„Auch in Deutschland sind viele Patienten mit Gefäßerkrankungen übergewichtig“, sagt Dr. Lawall. Es gibt einen klaren Zusammenhang zwischen Übergewicht und Diabetes: Diabetes verursacht Ablagerungen in den Blutgefäßen. Diese verengen sich, das Blut kann nicht mehr richtig fließen. „Umso wichtiger ist jetzt ein Umdenken, um diesen Patienten optimal zu helfen“, betont Dr. Lawall.

Übrigens: Ein zu geringes Körpergewicht ist auch nicht gesund. Den größten Nutzen von täglich 75 bis 100 mg Aspirin hatten in der Studie Patienten mit einem Gewicht von 50 bis 69 kg. Patienten, die weniger als 50 Kilo wogen, profitierten weniger. Ebenfalls interessant: Die Raucher unter den Teilnehmern behielten trotz Aspirineinnahme ein erhöhtes Risiko für einen Herzinfarkt oder Schlaganfall – offenbar hatte das Nikotin die Blutgefäße schon zu stark geschädigt.

### **Zu viel Aspirin kann Magenblutungen verursachen**

Dr. Lawall: „Die individuelle Dosis sollte allein deswegen unbedingt mit dem Arzt abgesprochen werden, weil Aspirin in hoher Dosis nicht ungefährlich ist: Zwar schützt es offenbar Patienten über 70 kg vor einem Herzinfarkt, aber bei höheren Dosen steigt auch das Risiko für Magenblutungen.“

Patienten, die unter Gefäßerkrankungen und gleichzeitig Magenproblemen leiden, sollten als Alternative Clopidogrel zu sich nehmen. Damit kann man die Blutplättchen auch hemmen.

### Info-Kasten

#### **Was jeder selbst tun kann...**

...um die Blutgefäße zu schützen und einem Herzinfarkt vorzubeugen:

- **Nicht rauchen.** Rauchen schädigt die Blutgefäße und steigert die Blutgerinnung (Thromboseneigung). Das gilt besonders für Frauen, die die Pille nehmen. Die Gefahr für Thrombosen steigt, wodurch auch Herzkranzgefäße verschlossen werden können.
- **Gesund ernähren.** Vor allem die in Obst und Gemüse enthaltenen sekundären Pflanzenstoffe wirken Wunder. Nachweislich schützen sie vor Herzinfarkt und unterstützen das Immunsystem.
- **Übergewicht vermeiden.** Übergewicht verursacht häufig einen zu hohen Blutdruck und Diabetes. Diese schädigen frühzeitig die Blutgefäße.
- **Sport treiben.** Bewegung kurbelt die Durchblutung an. Es gibt für die Blutgefäße kaum etwas Besseres als regelmäßig ausgeübter Sport.
- **Stress reduzieren.** Wer sich häufig ärgert, hat zwei- bis drei Mal so hohe Werte des c-reaktiven Proteins (CRP) im Blut. CRP zeigt eine Entzündungsreaktion im Körper an und kann ein Zeichen für einen drohenden Herzinfarkt sein. Unser Tipp: Am besten regelmäßige Ruhephasen ins Leben einplanen und Entspannungsverfahren wie Yoga oder autogenes Training erlernen.